

## Chronique

## L'art de bâtir un team sportif

Avec les années, je remarque à quel point il est important, en tant que sportive de haut niveau, de bien s'entourer.

Tu as beau te remettre en question, te réinventer pour continuer de progresser, il est également important de t'entourer de personnes qui te stimulent au quotidien. Autrement dit, trouver la bonne alchimie avec un team qui place les objectifs à un niveau ambitieux.

Dans le passé, j'ai connu quelques expériences qui ont rapidement tourné court, d'autres beaucoup plus longues qui se sont terminées à la fin d'un cycle. C'est un équilibre à trouver, un mélange d'efficacité et de confiance à la poursuite d'un objectif commun. Je peux dire aujourd'hui que je suis mieux entourée que je ne l'ai jamais été dans ma carrière. Mais attention, ce n'est pas pour autant que je dois me reposer sur mes lauriers. Il est toujours possible d'améliorer des choses, surtout les petits détails et c'est là aussi que mon team a un rôle important à jouer.

En ayant intégré la structure de Swiss-Ski, je bénéficie aussi des apports du staff national. Mais au quotidien, sur le plan sportif, j'ai principalement trois personnes à mes côtés. La première est mon préparateur physique, Jean-Sébastien Scharl, qui me suit depuis 2011. C'est lui qui veille à ce que mon corps soit suffisamment fort pour être performante, résister aux efforts de mon sport et tenir toute la saison. La deuxième est mon skiman, Roberto Polesel, qui s'occupe de tout mon matériel de glisse. C'est lui qui veille à ce que j'aie les skis les plus rapides. Il faut sans cesse innover, raison pour laquelle on fait des tests tout au long de l'année. Enfin, la troisième personne est mon préparateur physique et mental, Philippe Clément. Ce dernier utilise les arts martiaux pour améliorer la qualité de mes mouvements et surtout mon explosivité. C'est lui qui fait le lien entre l'entraînement en salle et sur la neige. Philippe a en outre une formation d'acupuncteur. Il me suit tout au long de la saison et veille à ce que je reste en bonne santé. Je lui dois clairement le fait d'être parvenue à me relancer lors de la dernière finale olympique pour aller chercher la médaille de bronze.

Ces trois personnes forment un noyau solide, une base sportive sur laquelle l'athlète que je suis s'appuie pour avancer avec confiance. Toutes me fournissent des outils qu'il me faut utiliser à bon escient. J'inclus ici aussi, bien sûr, l'ensemble des personnes qui m'accompagnent au quotidien dans la gestion de ma carrière et dont l'appui me pousse à donner le meilleur de moi-même.

Grâce à cette bonne répartition des forces, j'économise de l'énergie que je peux placer ailleurs dans ma quête d'amélioration constante. Je vous l'ai déjà dit: je suis une perfectionniste.

Voilà la principale raison de collaborer avec des spécialistes, qui sont d'abord de vrais passionnés. Et je suis consciente que mes résultats reflètent la somme de travail de l'ensemble des personnes qui m'entourent.

**Fanny Smith**  
Skicrossseuse

Cette chronique est assurée en alternance par Thabo Sefolosha, Nino Niederreiter, Fanny Smith, Tom Lüthi et Alex Song



Sébastien Anex

## Décryptage

## 1 La prise d'information



## 2 L'inspiration



Photos: DR

## 3 L'appel surprise



## 4 La réception



## 5 La finition

## La passe géniale de Bastien Toma: talent, audace... et organisation?

● Véritable buzz mondial, la passe décisive du Sédunois Bastien Toma face à Xamax (1-1) a été admirée deux millions de fois en une semaine. Quelle est sa part de génie et de travail?

MATHIEU AESCHMANN  
mathieu.aeschmann@lematindimanche.ch

Tout est parti de deux inspirations géniales: une passe aveugle et sa mise en ligne immédiate par Oliver Zesiger. Six jours plus tard, le caviar de Bastien Toma cumulait 1.6 millions de vues sur le seul compte Twitter du chef scout pour *Football Manager* en Suisse. Multipliez le tout par les centaines de reprises et vous obtenez le phénomène foot de la semaine écoulée.

«Sur le moment, je n'ai pas trop réalisé, a réagi le jeune milieu sédunois depuis la sélection M21. Ce n'est que lorsque mes coéquipiers m'ont surnommé la passe laser, que je suis allé revoir l'action et que je me suis dit qu'elle était pas mal.» Pas mal? Christian Constantin a très vite choisi une description plus valorisante. «Elle me rap-

pelle une passe de Michel Platini pour Yannick Stopyra lors du France - Brésil du Mondial 1986.» Soit. Regardons encore une fois ce bijou.

Quand Bastien Toma reçoit le ballon de la part d'Emir Lenjani, il a trois possibilités. 1. Jouer latéralement vers Kouassi, la plus évidente. 2. S'appuyer sur sa charnière, la plus prudente. 3. Chercher l'attaquant qui décroche, a priori la plus osée (Image 1). Or lorsque le jeune Sédunois laisse passer la balle et s'oriente vers le côté ouvert, tout le monde pense qu'il va servir Kouassi. Faux. Il arme un passe aveugle, de l'intérieur du coup de pied qui provoque l'incompréhension de Ndoye, bras levés (Image 2).

«J'ai d'abord fait une feinte pour brouiller les pistes, précise l'auteur. Si elle n'était pas

aveugle, cette passe n'arrivait pas.» Ce détail raconte l'intentionnalité. Il met en lumière la vision du jeu et la maîtrise technique du jeune homme (sur le gazon synthétique de la Maladière, le ballon est a priori plus difficile à doser.). Mais cet éclair de génie s'inspire-t-il aussi d'un schéma si ce n'est travaillé, au moins envisagé?

## L'obsession de la verticalisation

«À Lucerne, Murat Yakin jouait souvent sans vrai No 9 et c'était les extérieurs, Winter et Ferreira qui plongeaient pour évoluer presque en position d'attaquant, se souvient Xavier Hochstrasser, vice-champion avec le FCL cette année-là (2012). Yakin voulait toujours des joueurs entre les lignes et demandait au milieu de verticaliser. Je peux m'imaginer qu'il encourage toujours cela. Même si au final, peu important les consignes, c'est toujours l'inspiration du joueur qui fait la différence.» Un éclair encouragé par une tendance? La thèse tient la route. D'abord parce que Lenjani démarre sitôt sa passe lâchée (1), puis il modifie le sens de sa course, de l'extérieur vers l'intérieur, pour exploiter l'espace au cœur de la défense neuchâteloise (3). Soit pile la zone que Bastien Toma cherche et trouve sans un regard (4).

«J'ai d'abord fait une feinte pour brouiller les pistes. Si elle n'était pas aveugle, cette passe n'arrivait pas»

Bastien Toma, milieu du FC Sion

## Papables et palabres pour truc en or

## Viril mais correct

**Simon Meier**  
Journaliste



Le Borussia Dortmund juvénile et virevoltant de Lucien Favre fait «chaviréver» les foules, l'ultrapopulaire Union Berlin d'Urs Fischer est toujours vaincu en 2e Bundesliga; ni le Celtic Glasgow ni les Glasgow Rangers ne figurent parmi les deux premiers du championnat d'Écosse après huit journées, ce qui présage d'un possible quique encore hypothétique cataclysme biséculaire; d'autres géants continentaux (Real Madrid, Barcelone, Bayern Munich, Manchester United) connaissent des hoquets d'automne dont on commence à se demander s'ils ne donneront pas quelques boutons au printemps; le FC Lucerne vient de relancer tout le suspense en Super League, grâce à sa victoire au Stade de Suisse, tandis que l'équipe nationale a digéré d'un coup l'ensemble de ses soucis estivaux en revenant à ses fondamentaux historiques: la dé-

faite honorable face à un adversaire au final supérieur.

Bref, la saison de football avait hyperbien débuté, avec des équipes romandes à la hauteur des attentes pourtant ultraélevées (*rires*). Le rêve germe de partout, la magie dégoulinait. Jusqu'à ce que frappe le mildiou; ce satané Ballon d'or qui, cette année plus que jamais ce qui n'est pas peu dire, pollue bien des esprits et bafoue bien des valeurs. Et le collectif, bordel? Donne ta balle, oublie ta gueule et pense à l'équipe!

Il faut dire que quelque chose a changé, en 2018. Lionel Messi et Cristiano Ronaldo, ou alors Cristiano Ronaldo et Lionel Messi parce qu'on ne voudrait surtout froisser personne, qui trustent le trophée sans partage depuis 2008 (cinq victoires chacun), sont a priori mûrs pour lâcher leur sceptre conjoint. Le Portugais et l'Argentin, pardon l'Argentin et le Portugais, sont toujours assez stratosphériques. Mais leurs performances modestes (si, si) de l'été passé sur les pelouses russes devaient leur être fatales. De quoi élargir la liste des candidats potentiels, aiguïser les appétits personnels et salir les ambitions propres de ceux qui, jusqu'ici, n'avaient pas le droit d'espérer.

Le Ballon d'or, monstre d'égotisme et de brillance extérieure, invention de journalistes afin de meubler la pause hivernale à

l'époque où il y en avait encore une, s'est mué en fléau tout court. Pire que l'éviction scandaleuse des racleurs ancestraux sous la tente à Tourbillon. Pire qu'une descente policière dans les milieux de la mafia footballistique, dont on a essayé de nous faire croire cette semaine qu'elle officiait uniquement en Belgique. Le Ballon d'or, c'est l'antifootball par excellence. Surtout quand ça tourne à une telle campagne politique, émaillée de soutiens mesquins et de piques grasses. Ou quand papables légitimes et palabres gratuites donnent un cocktail discutable.

Alors qu'il n'y a rien à débattre, dans le fond. Exit Antoine Griezmann, qui pense trop à ça, hors course Luka Modric, Eden Hazard et autre Kylian Mbappé. Celui qui le mérite, puisqu'il faut bien l'attribuer maintenant, c'est Raphaël Varane. Pourquoi lui? Un peu parce qu'il a très activement contribué aux sacres du Real Madrid (Ligue des champions) et de l'équipe de France (Coupe du monde) ces derniers mois. Aussi parce que le défenseur central a su allier, à sa classe naturelle, une solidité extrême et une redoutable efficacité. Mais la première raison pour laquelle on aurait envie de donner le «Graal» au briscard de 25 ans, c'est parce qu'il est le seul à ne rien faire pour l'obtenir.